



## ملاحظات ویژه دارویی در ماه مبارک رمضان



با فرا رسیدن ایام روزه داری امیدواریم که تمامی مسلمانان توفیق ادای این فریضه الهی را داشته باشند. برای هموطنانی که به دلیل ابتلا به بیماری دارو مصرف می نمایند، همیشه این سوال مطرح است که نحوه صحیح مصرف داروها در زمان روزه داری باید به چه شکل باشد و آیا قطع مصرف داروها و یا انتقال دوز دارو به زمانهای قبل از سمر یا بعد از افطار کار درستی است یا خیر.

بیماران نباید بدون مشورت با پزشک معالج خود، اقدام به قطع دارو، تغییر یا کاهش دوز مصرفی و یا تغییر زمان مصرف بنمایند. رعایت نکردن این اصول می تواند منجر به عدم کارآیی دارو، عدم دستیابی به اثرات درمانی، بروز اثرات جانبی و تشدید بیماری شود. چنانچه فردی به رغم ابتلا به بیماری، پس از مشورت با پزشک معالج خود، مجاز به روزه گرفتن باشد، می بایست به نکات زیر توجه نماید.

➤ تغییر تعداد دفعات و زمان مصرف داروها و نیز مصرف یکجای چند دارو در وعده های سمر یا افطار می تواند باعث کاهش اثر بخشی یا افزایش عوارض آنها شود.

➤ بیمارانی که مجبور به مصرف ۲ بار دارو در روز هستند ممکن است پس از مشورت با پزشک معالج خود بتوانند داروهای خود را در فاصله بین افطار تا سمر استفاده کنند. در بیمارانی که تعداد دفعات مصرف دارو بیشتر است ممکن است پزشک معالج در صورت صلاحدید با جایگزین کردن داروهای این بیماران با انواع طولانی تر بودن اثر دارو و با اشکال غیر خوراکی آنها، امکان روزه داری را برای بیماران فراهم کنند.

➤ از آنجا که مصرف آب و مایعات نقش بسیار مهمی در دفع داروها و متابولیت های ناشی از آنها دارد بیماران باید در فاصله افطار تا سمر به میزان کافی آب و مایعات مصرف کنند. بهترین نوشیدنی برای مصرف دارو، یک لیوان آب معمولی است.

- در صورتی که لازم است دارویی با معده خالی مصرف شود بهترین زمان مصرف دارو ۱ ساعت قبل از سمری یا ۲ ساعت بعد از افطار است. بالعکس، برقی از داروها متما باید همراه غذا فورده شوند.
- بارداری، شیردهی و برقی از بیماریها مانند دیابت، فشارفون، روده تمریک پذیر، یبوست، زفمهای سیستم گوارشی (معهده و اثنی عشر)، افتلالات کلیوی، بیماریهای اعصاب و روان و آسم همگی از شرایط جسمی هستند که فرد ملزم می باشد پیش از اقدام به روزه داری، با پزشک معالج خود در فصوص اقدام به روزه داری و همچنین نموه مصرف داروها، مشورت نماید.
- در زمان روزه داری هیچگاه وعده های داروی خود را خودسرانه مذف ننمایید. چه بسا این عمل شما سبب افتلال در روند درمان می گردد. مصرف بسیاری از داروها را می توان پس از مشوت با پزشک به زمان سمری یا افطار منتقل نمود.
- در زمان روزه داری هیچگاه وعده های داروی خود را به زمان دیگری موکول ننمایید. اثربخشی بسیاری از داروها، ارتباط مستقیمی با مصرف بموقع آنها در زمان معین دارد. مثلا آنتی بیوتیک ها از جمله داروهایی هستند که متما باید در زمان مشخص خود مصرف شوند و امکان تخیر ساعت آنها وجود ندارد. اما پزشک معالج شما می تواند با در نظر گرفتن نوع بیماری شما آنتی بیوتیکی را انتفاب کند که با برنامه روزه داری شما تداخل پیدا نکند.
- بیماران دیابتی باید پیش از شروع ماه مبارک تمت بررسی پزشکی قرار گیرند. بیماران باید از نظر سطح قند فون، فشار فون، پربی فون، انصقاد فون و بررسی های کلی وضعیت بیوشیمی فون پایش گردند و بر این اساس رژیم غذایی و دارویی مفتص هر بیمار قبل از شروع ماه مبارک تعیین گردد.
- هم بیماران و هم خانواده مبتلا به دیابت باید در رابطه با فطرات تهدید کننده و عوارض روزه داری مورد مشاوره قرار گیرند. همچنین در مورد علائم افزایش و کاهش قند فون، اندازه گیری قند فون، تنظیم وعده های غذایی، فعالیت بدنی و مصرف داروها در ماه مبارک باید آموزش لازم را دریافت کنند. علاوه بر این، روش درمان و اقدامات لازم در صورت بروز مشکل باید به همراه بیمار آموزش داده شود.

"وامد اطلاع رسانی دارو و سموم"

آموزش و تحقیقات